

Date : _____

Bonjour _____, (*nom du ton directeur, enseignant, conseiller, coach*)

J'ai un grave problème d'intimidation. J'essaie d'y mettre fin depuis :
Indiquer la durée : ex. ___jours ou ___ semaines ou ___ mois.

Mon problème est le suivant (*coche la réponse qui s'applique*) :

- Je suis victime d'intimidation
- J'intimide les autres
- Je suis témoin d'actes d'intimidation

Il s'agit d'intimidation de nature (*coche toutes les réponses qui s'appliquent*) :

- Physique
- Sociale
- Verbale
- Électronique (cyberintimidation)

Je réfléchis depuis un bon moment à ce problème d'intimidation et je veux te dire que je me sens
(*décris ici tes sentiments, tes émotions*) :

J'ai essayé de résoudre ce problème en (*décris ici les gestes que tu as posés pour tenter de mettre fin à l'intimidation*) :

J'aimerais aussi que les choses changent. Par exemple, j'aimerais (*dresse la liste des changements que tu aimerais voir s'installer*):

L'intimidation doit cesser, c'est très important pour moi et j'ai besoin de ton aide pour y arriver.

J'aimerais te rencontrer pour discuter des idées et des solutions que tu pourrais me suggérer pour que cessent ces actes d'intimidation et pour que je puisse nouer de bonnes relations avec mes camarades de classe. Je t'écris cette lettre dans l'espoir que tu sauras m'aider à retrouver un sentiment de sécurité.

Merci.

(*Ton nom*)

